

5月7日(金)

青豆ご飯

ししゃもの磯辺揚げ

おかかおひたし

かきたま汁

牛乳

青豆ご飯 青大豆(青豆)は一見枝豆のような色合いと形をしていますが、別物です。枝豆は、大豆を若い時に収穫するので野菜に分類されます。青大豆は、成熟した豆なので豆に分類します。一般的な黄色の大豆と比べると、脂質が少なく、甘味があるのが特徴です。

にんじん : 徳島
小松菜 : 東京
キャベツ : 愛知
長ねぎ : 茨城
鶏肉 : 北海道
ししゃも : ノーウェー
たまご : 青森